

8 > 2 5 A B 8 = 0 : B >



8 > 2 5 A B 8 = ; 0 : B >



8 > 2 5 A B 8 = 0 : B > ; 0 : B > 10 : B 5 @ 8 9 (H B 0 < < K Bifidobacterium Odolescentis !-42) 8 ; 0 : B > 10 : B 5 @ 8 9 (Lactobacillus @lantarum 8 ). @ 5 ? 0 @ 0 B A ? > A > 15 = 2 < 8 : A B 0 18 ; 8 7 8 @ > 2 0 B L ? @ 8 @ > 4 = K 9 1 8 > F 5 = > 7 : 8 H 5 G = 8 : 0 , = 0 ; 0 4 8 B L ? @ > F 5 A A K ? 5 @ 5 2 0 @ 8 2 0 = 8 O ? 8 1 A ; 8 7 8 A B > 9 : 8 H 5 G = 8 : 0 . & 5 = 0 8 > 2 5 A B 8 = 6 6 , 0 0 @ C 1 . 7 0 > 4 8 = D ; 0 : > = ( 1 2 < ; . ) . C ? 0 : > D ; 0 : > = > 2 . @ 5 9 B 8 = 3 0 5 9 B 8 = 3 : & 5 = 0 : 5 = 0 A > A : 8 4 : > 9 : 6 6 , 0 0 @ C 1

[0409B5 2>?@>A ?> MB><C B>20@C](#)

? 8 A 0 = 8 5

[? 8 A 0 = 8 5](#)

@ > 8 7 2 > 4 8 B 5 ; L

8 > 2 5 A B 8 = 0 : B > O 2 ; O 5 B A O ? @ > 4 C : B > < > 4 = > 9 8 7 2 5 4 C I 8 E @ > A A 8 9 A : 8 E = 0 C G = > - 8 A A ; 5 4 > 2 0 B 5 ; L

! > A B 0 2 8 > ? 8 A 0 = 8 5 ? @ 5 ? 0 @ 0 B 0

@ > 1 8 > B 8 : A > 4 5 @ 6 8 B ? ; > B = C N : > = F 5 = B @ 0 F 8 N / < A > 8 K ; D : B B 0 0 < B 2 @ 1 8 9 \$ 4 0 - ( 1 0 / < ; )

A ; 5 4 A B 2 8 5 M B > 3 > 1 0 : B 5 @ 8 8 8 > 2 5 A B 8 = 0 0 : B > , > A B 0 2 0 O A L 6 8 7 = 5 A ? > A > 1 = K < 8 8 2 K A > : > 0 : B 8 2 =

-CA8;8205BAO ?5@8AB0;LB8:C;  
->15A?5G8205BAO 1>;55 ?>;=>5 ?5@520@820=85 ?8I8;  
-A;878AB00 1>;55 :0G5AB25==> 2A0AK205B ?8B0B5;L=K5 M;5<5=BK;  
-845B A8=B57 206=KE 28B0<8=>2 8 :8A;>B;  
-C3=5B0NBAO CA;>2=>-?0B>35==K5 8 ?0B>35==K5 3@C??K <8:@>1>2;  
-D>@<8@C5BAO 2KA>:00 8<<C=>;>38G5A:00 @50:B82=>ABL >@30=87<0.

>:070=80 : ?@8<5=5=8N

8>25AB8= 0:B> :C?8B:B>@K9 >A>15==> @5:><5=4C5BAO B5< ;N4O<, G59 @0F8>= 2:;NG05B

148A10:B5@8>7K, 8 :0: A;54AB285, 480@5O, 274CB85, BO65ABL, 876>30;  
215@5<5==>ABL 8 ?@54@>4>20O ?>43>B>2:0;  
348A10;0=A <8:@>18>F5=>70 >B:@KBKE A;878ABKE;  
40=B810:B5@80;L=0O B5@0?8O, 3>@<=>0;L=>5 8 ;CG52>5 ;5G5=85;  
5?8I520O 0;;5@38O;  
6@5A?8@0B>@=K5 701>;520=8O 8=D5:F8>==>3> E0@0:B5@0;  
765;57>45D8F8B=0O 0=5<8O;  
89>4>45D8F8B;  
9028B0<8=>7;  
10AB@5AAK.

5?5@5=>A8<>ABL <>;>8>25A-B 85;:0:02;085B=0G 05 4 @-5A?B205-B K<-5 ?@A B 802 8? ?>0720=05B :? @?>B @5BL

>78@>2:0 8 A?>A>1K ?@8<5=5=8O, AE5<K ?@85<0 8 @0AG5B :C@A>2

@>18>B8: A;54C5B ?@8=8<0BL ?5@>@0;L=>, >4=>:@0B=>, 70 ?>;G0A0 4> CB@5==53> ?@85<0

> 2@5<O 0=B810:B>B5@0?88 ?@>18>B8: A;54C5B ?@8=8<0BL =0 ?@>BO65=88 2A53> ?5@8>40  
07>2CN 4>7C <>6=> ?@8=8<0BL 2 @072545==>< (2 G05, A>:5 8;8 2>45) 2845. > A B5<?5@0BC

\$>@<0 2K?CA:0

#?0:>2:0: 7 AB5::O==KB>2;5A-B-8>2 0?B>1 B 8;>A?B050?F00B0

!@>: 3>4=>AB8 8 CA;>280 E@0=5=80

C ? 8 B L      8 > 2 5 A B 8 =    ; 0 : B >    ? >    4 > A B C ? = > 9    F 5 = 5 ,

---

2 < 5 A O F 0 ( ? @ 8 t > B + 2 4 > + 6 ° ! ) .    0 @ C H 5 = 8 5    B 5 < ? 5 @ 0 B C @ = > 3 >    @ 5 6 8 < 0 ? @ 8 2 > 4 8 B : 7 0 : 8 A ; 5 = 8

= A B @ C : F 8 0

= A B @ C : F 8 0